# 2024年大学生寒假社会实践报告总结(十九篇)

来源：网络 作者：翠竹清韵 更新时间：2024-07-30

*在当下这个社会中，报告的使用成为日常生活的常态，报告具有成文事后性的特点。报告的格式和要求是什么样的呢？下面我给大家整理了一些优秀的报告范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。大学生寒假社会实践报告总结篇一寒假来临，宁安社区于\_\_年1...*

在当下这个社会中，报告的使用成为日常生活的常态，报告具有成文事后性的特点。报告的格式和要求是什么样的呢？下面我给大家整理了一些优秀的报告范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**大学生寒假社会实践报告总结篇一**

寒假来临，宁安社区于\_\_年1月20日在社区活动室，精神文明专干何文君组织社区30余名中小学生，开展开心寒假活动。

春节临近宁安社区的慰问与寒假青少年实践活动有机结合，不仅让辖区的弱势群体及留守外来民工感受到了政府的关怀，也让未成年人了解了民俗，学会感恩，显得颇有新意。\_\_年1月27日上午，是学校放假社区开学的日子，也是社区“大手拉小手”志愿者活动日，社区精神文明专干何文君组织五老人员带着孩子们写春联福字，给需要帮助的人送去了新春的祝福。

\_\_年1月28日早晨,有30多名小学学生来到宁安社区报名，在社区精神文明专干何文君邀请了剪纸艺术家，开展迎新年剪纸送祝福活动。

\_\_年1月29日早，在宁安社区活动室，为辖区留守人员和留守孩子举办共度除夕春节联欢会。

\_\_年1月21日——\_\_年1月29日，为了丰富社区青少年寒假生活，解除留守儿童家长的后顾之忧。自放寒假开始，宁安社区精神文明专干何文君，每天上午开展各类活动之外还组织30余名家中留守儿童无人看管的孩子进行写作业并检查签字，在社区即开展形式多样、丰富多彩，适应学生特点的寒假活动又完成了学校老师布置的作业。

现在的孩子从小享受着家长无微不至的关怀和照顾，往往容易养成“饭来张口，衣来伸手”的坏习惯，为了鼓励孩子在家养成良好习惯，消除依赖心理，使孩子在家自理、自强、自立。

在开心寒假即将结束时，旭东社区精神文明专干何文君于\_\_年2月6日组织中小学生走进社区进行社区角色体验实践活动，让他们懂得社会上各行各业劳动者的辛苦。同学们来到了宁安社区居委打扫卫生，义务为社区劳动，帮助社区打扫职工食堂、楼道清理垃圾，美化环境，参加活动的同学们都是干劲十足，不怕苦，不怕累，拿着抹布、水桶，有的擦窗户、有的拖地、有的打扫食堂，将社区的活动室打扫的干干净，通过此次活动，不仅净化了社区环境，还为学生上了一堂精神文明的实践课。通过亲身劳动实践，这些平时在家都不干活的同学们都感到了劳动的乐趣，他们表示像这样的活动以后会经常参加。

我社区开展的各类活动，极大地提高了孩子们的积极性，通过活动不仅陶冶了孩子们的情操，而且也开阔了视野，从而提高了综合能力。实践再一次证明，社区在学校、社会、家庭三位一体的未成年人教育中的重要作用，我社区正是以强烈的政治责任感和工作责任心，积极围绕社区实际扎实有效地开展工作，真正把未成年人教育工作落到实处，为构建社会主义和谐社会，推进社区精神文明建设做出了应有的努力。

**大学生寒假社会实践报告总结篇二**

我很幸运来到了\_师大附中\_中学实习，虽然曾有机会去另外的学校实习并且能够留下，但是我却放弃了，虽然如此我却不曾后悔过，因为我在现在的实习学校学到了很多，也思考了许多，对我而言，这是一笔无价的人生财富。

现在确切地算一算，至今天此时此刻，我到\_师大附中\_中学实习也仅仅75天4时52分。然而从我在这里实习的第二天开始，我就已经把她当做我自己的母校一样尊敬爱戴。

我们小学部分四、五、六年级的高段和一、二、三年级的低段两个部分，各有组长和备课组长统管。我是一年级二班的数学实习老师，我的指导老师，也就是我师父是低段备课组组长。我师父是一班和二班的数学老师，也是二班的班主任。我很庆幸，我所跟随学习的老师这么厉害，同时也给了我机会学习班主任工作。

我师父的课堂很活跃，虽然她很年轻，但是她却是一个有十几年教学经验的老教师。听她的课，我会深深地被吸引。为了让孩子们能够对课堂，对数学感兴趣，她想出很多的点子，而这些方式方法都是我以前在任何书上、课堂上所从未见过的，所以给了我耳目一新的感觉，同时也给我提供了一个很好的学习机会。在她的指导下，我的课堂把握和课堂教学也有了很大的提高。

在这里，不仅有好的师傅带我，也有一群可爱的孩子陪伴着我成长，和我一起学习，一起快乐。

我们班的孩子都让我特别的喜欢。作为孩子的他们，有着灿烂的笑脸，天真的问题，也有搞笑的行为，搞怪的姿势。作为学生的他们，有着爱学习的热情，好孩子的状态，也有丰富的想象，奇怪的想法。

虽然有的时候，他们的顽皮会让我生气，但是我还是爱他们的，像是我自己的孩子一样，也或许是他们激起了我内心的疼爱和怜惜。他们也很喜欢我，每天都像朋友一样和我聊天，跟我手挽手一起走。真的很难相信，他们是一群一年级的孩子，不过他们稚嫩的脸庞也确切的告诉我们他们真的还是个小孩子。

班主任的工作很繁琐，特别是低年级的班主任，因为孩子们还太小，很多都不懂，所以会多一些照顾，多一些关心。每天早早的到教室，督促他们早读，七点四十五分要带孩子们排好队，安全守纪律的去操场排好整齐的队伍，升国旗或者做早操，然后安全的带回。每节课间要去教室，因为第二节课间要喝牛奶，第三节课间要做眼保健操，上午放学要带孩子们排好队伍去食堂吃午餐，吃完午餐要带孩子们去寝室午休似乎一天到晚班主任都要不停地忙碌，但是我却并没有觉得累，因为我时刻和孩子们在一起，有孩子陪着。

也正是孩子们，给了我学习工作的热情和责任。在我讲完课累了的时候，他们会把插好吸管的牛奶递给我;在我热的时候，他们会拿出自己的湿纸巾给我擦汗;在我生气的时候，会安静的承认错误不再惹我生气。我所有的快乐和忧伤都与这群孩子们紧紧地连在了一起。或许，过不了多久，我走了，他们会慢慢的把我忘记，但是我也不会后悔，因为他们是我的孩子。

来这里实习，我收获的不仅仅是孩子们的心，也有老师们的教师情怀。虽然我是个实习生，但是我在实习期间却参加了很多的学校活动。

第一次开低段全体教师会议的时候，我很惊讶我也要参加会议，我感到高兴的同时又有些忧虑。高兴的是我尽管不是正式老师，只是个实习生但我却可以被大家——从领导到老师当做大家庭的一员，忧虑的是开会这样枯燥无聊的事情我也要参与。然而，出乎我的意料，我在这次会议上听到的、想到的和思考到的确是如此之多。

后来在春游和举办海口市、海南省教育工作会议等活动中，我都成为学校的一员参与了，这也是在实习中的另一种学习。总之，通过实习，我真的觉得自己充实了很多，学到了很多，也让我更加坚定自己的信念——我要成为一个真正的老师。一个不仅带给看孩子们知识，还要带给他们信任、责任、道德、宽容、善良……

或许我们每个老师，和其他的社会人士，真的做好了自己内心的工作，我们会更爱自己的学校，爱自己的孩子，爱自己的生活，爱自己的工作，真正有了主人翁意识。

对于一个学校而言，老师是主力，学生是载体。我们的付出和奉献在我们的视力范围之内很难看到成绩，然而他却又在不知不觉中有了成绩。但是我们不能急功近利，想着马上看到成效，但是我们在每次考试的成绩中也能在学习知识这个层面上看到我们的成绩。虽然成绩不是一切，也不是万能的，但是他是基于我们传授做人的道理的。

对于一个好的学校，孩子们的快乐就是我们老师的快乐，孩子的健康成长就是我们最大的心愿。我记得我大二上教育学的时候就说过，我希望我的爱心能让孩子体会到社会是需要爱的滋润，我的教学能够让孩子们感受到道德和知识的重要。社会需要朝气蓬勃的孩子们注入新的\'活力，国家需要是道德全面的人才贡献灿烂的光辉。在这里，我想说，我愿意为教育事业奉献终身，愿意将所有的精力都用在培养祖国未来的花朵上。

**大学生寒假社会实践报告总结篇三**

为了能把专业理论知识和实践相结合，对市场营销运作有一个系统的感性认识，了解企业如何让自己的产品在市场上取得一席之地的过程。我在本学期选修了市场营销实训这一门课程，虽然我的专业不是市场营销，但是它将全面检验我各方面的能力：学习、生活、心理、身体、思想等等。就像是一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战的社会，也是我建立信心的关键所在，所以，我对它的投入也是的。

一、实训目的

市场营销实训的意义在于可以直接参与企业的运作过程，学习实践知识，同时进一步加深对理论知识的理解，使理论与实践知识相结合，圆满完成市场营销教学的实践任务。一般来说，学校的生活环境和社会的工作环境存在很大的差距，学校主要专注于培养学生的学习能力和专业技能，社会主要专注于员工的专业知识和业务能力。要适应社会的生存要求，除了要加强课堂上的理论知识外，还必须要亲自接触社会参加工作实践，通过对社会工作的了解指导课堂学习。以培养自己的适应能力、组织能力、协调能力和分析解决实际问题的工作能力。

实践是检验真理的标准，理论联系实践是我们在学习过程中不可避免的。通过市场营销实训，加强对市场营销基本理论、基本方法和基本技能认识和掌握;在整个大学的课堂学习过程基本上都是理论知识的汲取，为了缩小理论教学与未来企业营销实践的差距，营销实训成为了重要的实践性教学环节和必要的过程;实训就是一种实践过程，我们可以通过实训来提高自身的动手能力与分析问题和解决问题的能力，为后续教学提供更多的感性知识和打下良好基础。

实训在帮助学生从校园走向社会起到了非常重要的作用，通过实训，让自己找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而缩短从校园走向社会的心理适应期。

二、实训时间和地点

20xx年10月至11月，云南师范大学南门外面的步行街

三、实训内容与过程

20xx年10月11号，我们从螺蛳湾进了一批编织围巾用的毛线，我们下午四点左右的时候到卖东西的地方占摊位，下午六点开始摆摊，我们就开始了我们的实训销售。我们面带微笑面对每个客人，本着为一切为了客人利益的原则，教授顾客编织围巾的方法，而且我们的价格比较合理，所以销售情况还是比较好。而且我们作为学生，也比较了解学生的偏好，卖的商品比较受欢迎，我们也卖了不少钱，通过销售毛线，在这两周的实训时间让我对好多知识有了新的认识，以前的好多观念在慢慢的改变，我回顾了这几天来的实训内容，感觉真是收获不少。在销售过程中我的感悟是所有的销售都是相通的，只是销售的产品不同而已。

四、实训总结及体会

通过一段时间的市场营销实训，使我受益匪浅，在销售方面我不敢说有了深刻的了解，但通过学习使我理清了思路，这次的实训，把书面上的知识与实际相结合，这样不仅加深我们对营销的理解，巩固了所学的理论知识，而且增强了我们的营销能力。

实训是个人综合能力的检验。要想胜任这些工作除了课本上的理论知识功底深厚外，还需有一定的实践动手能力，操作能力。此次的实训，我也深深体会到了积累知识的重要性。现在，我们能做的就是多吸取知识，提高自身的综合素质。自己有了能力，到时候才会是车到山前必有路。今后社会需要的人才是一专多能,甚至是多专多能的人才，学海无涯,只有不停的学习新的知识,掌握新的技能,才能被社会所接受、所承认.这次实训在社会适应也得到了很大的提高我深深地体会到，别人告诉你的不一定都是正确的，也许他们都认为不可能的事，如果你去做了就变成现实营销是一门很重视实践的课程，所以，倘若我们只会空谈知识，哪怕是再精妙的言论恐怕到了实际中也只是空谈。参与市场营销实训是非常必要的。我们要重视对于营销的实践，总结经验，不断地提高自己。

在这次实训过程中，我有如下深刻的体会：首先，营销的本质是人的营销。在与促销沟通的过程中，发现很多时候，同样的产品和价格，但是不同的人去操作，方法和结果往往是不同的，很多做的好的促销就是依靠自己的人格魅力去打动消费者的。要想让别人接受你的产品，第一步是要让他接受你这个人。其次，做好销售必须把每件事情落到实处，并且不断跟踪更进。做好销售是一件系统工程，对于每一个环节来说，都非常重要，任何一个环节操作不好，都难以达成销售的目标。

对于我们这样的学生来说，虽然销售这工作看似简单，其实却没办法很好的掌控，因为我们缺乏足够的经验。理论的知识不加以实践是没有办法真正致用的。销售十分依赖于销售人员的个人魅力，另外，团队精神也十分重要，销售不是自己一个人的工作，而是整个团队共同的目标，只有做到团结在一起，发扬每个人的优势，才能高质量地完成任务。

这次实训，我还总结出要做好销售就应该做好如下准备：第一，精神状态的准备。在销售的过程中，如果销售人员有一个好的精神状态，就会给顾客一种积极的、有活力的、上进的氛围，那么这种积极的上进的情绪总会影响到他人，所以销售人员素质的提升也是产品提升的一个重要标志。精神状态好的销售人员，成交的机会也会比较大。第二，专业知识的准备。在接待顾客的时候，必须充分了解自己卖的商品的特征，以及相关知识，在销售毛线过程中，由于我们知道多种围巾的编织方法，在顾客来了解我们商品的时候可以教他们编织不同款式的围巾，这使我们的商品比较受欢迎。如果我们什么都不懂得话，顾客也不会乐意购买我们的商品。第三，对顾客的准备。当我们了解了相关的产品知识的时候，就是我们掌握销售的第一步，同时，我们对顾客掌握的越多，我们就能更能把握顾客的心理，和顾客建立一种和谐的关系，创造一种轻松休闲的购物环境，善于倾听顾客的每一句话，然后分析顾客是否有购买的意向，推荐适合它的产品。

我们的实训结束了，但在这期间我的感触颇深。以前总将自己的眼光局限在很小的空间里，现在才知道自己是多么的短浅，总认为市场营销就是将产品推销出去，从来没有去想推销的方法与策略，现在才知道要想学好这门课程，自己还是差了好多。这次专业认识的实训，是为了让我们对营销专业有一个初步的感性认识和了解，同时也对自己有一个清晰的认识，以便在以后的学习中能够扬长补短。通过这次实训使我深深明白到销售的重要性和艰难性，根本不是想象的那样简单。它使我深刻体会到在学校学好专业知识固然很重要，但更重要的是把学到的知识灵活运用到实践中去。更重要的是，它使我们初步培养了专业兴趣，初步设想了未来发展的方向，为今后的专业学习及就业打下了良好的基础。

实训的时间虽然不长，但是我非常珍惜这次实训机会,在有限的时间里加深对销售的了解，找出自身的不足。这次实训的收获对我来说有不少,我自己感觉在知识、技能,与人沟通和交流等方面都有了不少的收获。总体来说这次是对我的综合素质的培养，锻炼和提高。而且，通过这次实训，在市场营销工作方面我感觉自己有了一定的收获。这次实训主要是为了我们今后在工作及业务上能力的提高起到了促进的作用,增强了我们今后的竞争力。这次实训丰富了我在这方面的知识,使我向更深的层次迈进，对我在今后的社会当中立足有一定的促进作用，但我也认识到,要想做好这方面的工作单靠这几天的实训是不行的，还需要我在平时的学习和工作中逐步的积累，不断丰富自己的经验才行。通过这次实训，我成长很多，作为一个学生，一个经济专业的学生，我学到了在课堂上不可能学到的知识，通过这次实地实训，我明确了自己以后要走的道路。同时，也深知自己需要做些什么。我会多读书、多思考，再以后学习和工作生涯中，做一个活到老学到老的人，不断进步。我面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。

总之这次实训使我受益匪浅，让我看到了自己的不足和长处，并锻炼了我各方面的能力，吃了很多苦,亦学到了很多书本上学不到的知识,认识了更多的人.所有这些都将在我的人生中起到积极的作用。虽然说我学的有限，但起码我对于销售这个行业还是有了更进一步的了解和认识。这对于我今后的学习和工作将产生积极的影响。通过这次实训增强了我毕业就业的信心和勇气。现在，我意识到必须要做的就是多吸取知识，提高自身的综合素质，不断丰富自己的工作经验。同时,注重专业知识的学习。这样才能使自己有扎实的文化基础,迎接以后就业中各种严峻的挑战。

**大学生寒假社会实践报告总结篇四**

时光荏苒，光阴似箭，来到农行深圳\_\_支行工作已经半年了，在这半年实习工作期间，我完成了两个方面的转变，一是基本完成了由象牙塔到社会大课堂的转变，所扮演的主角从一个以书本为中心的学生到能够独立完成所在岗位的本职工作的银行工作人员，二是学习方法和方式的转变，在学校的学习生活中更多的是以理论学习为主，在现实工作中更多的是强调学习的实用性，更加偏向理论与实践联系的紧密性。我很庆幸在支行领导和同事的关心和照顾下，基本完成了以上的转变，在半年的时间里，我对\_\_银行的日常运作以及相关岗位的操作规则有了十分深刻的了解，在业务技能上，我也取得了巨大的收获，但也存在不足之处，现总结如下：

一、业务技能方面。

在这半年的时间里，我的绝大部分时间的都花在储蓄柜台工作上，深刻地理解了储蓄业务的重要性，能够说储蓄业务是银行最基本最重要的业务，它是其他一切业务的基础，为银行的其他业务供给强有力的支撑，在这半年里，我从最开始对个人储蓄业务的一无所知到此刻已经能够独立完成操作，我努力熟悉业务流程，进取主动地与老柜员交流沟通，并虚心向他们学习，深刻领悟到每一笔业务须注意的地方以及可能存在的风险，基本做到了业务无差错，无客户投诉。在工作之余，我不断的学习农行专业英语知识，在听说读写方面努力提高自我的英语水平，做到了与外国顾客交流无障碍，从工作的第一天起，我就高标准严格的给自我定下了一个工作目标：严格要求自我，不断提高自我的业务技能，不断扩充拓展自我的业务知识面，亲切高效的为每一个顾客服务，成为一名基本功扎实、业务知识全面、服务规范从容的多面手。虽然此刻的水平离这个目标还相差甚远，但我会坚持不懈、毫不放弃地朝着这个目标奋斗。

二、在服务态度方面。

牢牢把握“爱我农行，追求卓越”的精神，深刻理解到银行金融服务业的竞争已经不再仅仅停留在硬件设备的竞争上，更重要的是在服务意识和服务态度上的竞争，这种软实力之间的竞争往往更能体现出一个银行的核心竞争力，在这半年的平凡工作中，我不仅仅对工作满腔热情，更有颗追求完美的心，坚持不懈、韧劲十足的不断提高自我的专业技能和服务水平，以求真务实、一丝不苟的态度处理每一笔业务，以自然豁达、和善宽容的心境接待每一位顾客，以团结互助、平和谦逊的态度与领导和同事一齐为\_\_银行发展贡献自我的一份力量，从中我深刻的领略到了服务的魅力，体会到了什么叫着“以客服为中心”的真正以及做到“顾客就是上帝”的重要性，所以，在平日的工作中，我始终把服务质量贯穿到日常的工作中去，牢牢记住柜员七步曲的要求，规范服务礼仪，在具体服务过程中加强与客户的沟通，做到了顾客零投诉;我始终以发自内心的微笑为每一个顾客热情的服务，以真诚自然地微笑让他们倍感亲切。

三、在团队合作方面。

这半年虽然主要从事银行个人储蓄柜台的业务，可是遍及金卡、银卡和普通区，无论在那一个区，我都深刻感受到团队合作的重要性，仅有团队有效合作才能把最有效率的把工作做好，例如在金卡区，金卡区的业务繁多，个人业务、对公业务以及代理地方财政等业务都在这一区办理，每一天工作量大并且每次交易的金额都比较大，在日常的工作中，我们金卡的三个柜员都分好了相关的职责和工作，在独立完成自我本职工作的情景，更强调工作的协同性，如对外与对内的明确分工，即保证了工作速度，也提高了我们的工作效率。

四、在工作生活方面。

在这半年的工作生活中，我深切地感受到了团体的温暖和力量。初来这个城市我，不免有点生疏感，刚离开完美学校的我，也难免有点失落感，是领导和同事给予了我莫大的鼓励，是他们的热情温暖了我，是他们的信任感动了我，是他们的支持激励了我，是他们给予的很多机会锻炼了我，在我们这个团体中，业余生活丰富多彩，极大地增进了我与同行人员的交流、沟通和学习，在此，我真诚的感激他们。同时，我也感受到了人际交往的重要性，在生活上和同事互帮互助，和谐共处。

当然，我也存在工作上的不足之处，一是由于听不懂粤语，跟一些客户的沟通有些障碍，尽管在工作之余我努力地学习粤语，但由于学习时间过短再加上以前从未接触过，到此刻只能听懂一些简单的日常用语，以后还须加紧学习;二是对产品营销的不到位，由于对产品本身没有深刻的认识以及缺乏相关的营销经验导致理财产品的营销不梦想，这也将是我下一步努力工作的方向。

展望20\_\_，新的一年新的开始，在不断夯实业务技能的前提下，重点要做好以下几方面工作：

一是思考好自我未来的岗位方向，入行近半年，对银行的各个岗位也有了必须的认识，由于我们此刻还在实习期未定岗，所以要结合自我的性格和知识结构等思考好未来的定岗的岗位方向，这样在日常工作之余就能够多学习相关岗位的知识，以便以后定岗后能在自我的岗位上尽快上手。

二是继续提高风险意识，银行本质上是一个经营风险的特殊的机构，同时面临着市场风险、利率风险、操作风险和声誉风险等风险，所以在实际的工作中必须要继续提高风险意识，加强对风险的把控本事，在具体操作中，应按照相关操作守则规范操作，多检查多核对，确保操作规范正确。

三是不断加强自我的学习本事，银行业处在金融业的核心地位，而金融业的知识更新换代的速度是十分迅速的，期货期权以及其他金融衍生品的流行使得金融业丰富多彩的同时，也提出了对从业人员更高的要求，所以我们仅有不断的学习和创新，才能跟得上时代脚步，做一个合格的银行从业人员。

总之，在这半年的工作中，我学到了很多知识，工作本事有所提高，具备了必须的独立操作业务的本事，但业务知识还不够全面扎实，在今后的工作当中，我会努力克服缺点，发挥自身的优势，为取得更好的工作成绩而努力。

**大学生寒假社会实践报告总结篇五**

第一章绪言，实习地区的交通位置和自然地理状况(附交通位置图)、实习的任务、目的、要求、人员的组成及实习时间等。

第二章地层

首先简述实习地区出露的地层及分布的特点，然后按地层时代自老至新进行地层描述。分段描述各时代地层时应包括分布和发育概况、岩性和所含化石、与下伏地层的接触关系、厚度等(附素描图)。

第三章岩石

描述各种岩体的岩石特征、产状、形态、规模、出露地点、所在构造部位以及含矿情况(附剖面图、素描图)。

第四章构造

概述实习地区在大一级构造中的位置和总的构造特征，分别叙述实习区的褶皱和断裂。

褶皱：褶皱名称(如玉皇山向斜)，组成褶皱核部地层时代及两翼地层时代、产状、褶皱轴向、褶皱横剖面及纵剖面特征(附素描图、剖面图)

断层：断层名称、断层性质，上盘及下盘(或左右盘)地层时代，断层面的产状，断层

证据(附素描图、剖面图)

阐述褶皱与断裂在空间分布上的特点。

第五章地质发展阶段简述

根据地层的顺序、岩性特征、接触关系、构造运动情况、岩浆活动过程等说明本区地质历史上有那些阶段。每阶段有那些事件和特征。

第六章其它方面，包括外动力地质现象。

后记，说明实习后的体会、感想、意见和要求。

报告中文字要工整，图件要美观。报告应有封面、题目、写作人专业、班级、姓名、写作日期等。并进行装订。

编写地质实习报告

三天

第一部分前言：实习的目的任务、要求、时间、地点等;

第二部分实习路线中主要地质特征：按照地层、岩浆岩、变质岩、构造、矿产的顺序进行概括性地总结;

第三部分几种地质现象的认识与探讨：选择地质实习路线中最有兴趣、感想最深的两种以上地质现象，对其作用方式、形成过程、产物及特征作较深刻、有见地的分析与探讨。

第四部分结束语：通过实习的收获、体会及建议。

地质实习报告要求实事求是、逻辑清楚、言简意骇、图文并茂。

5.通过实习，要求对野外基本工作方法和基本技能掌握的程度是：

(1)学会用手持gps定点。

(2)能掌握地质罗盘测量岩层(构造面)的产状。

(3)初步学会使用放大镜观察矿物、岩石并描述其主要特征。

(4)学会绘制地质信手剖面图，学会绘制地质现象示意图、素描图。

(5)基本掌握地质观察点的记录格式和描述方法，以及编写地质路线小结。

**大学生寒假社会实践报告总结篇六**

还有半个学期就要告别大学生活了，即将踏入社会，我们不再是温室的花朵，必然要参与到大自然的竞争中去，优胜劣汰十大自然的法则，不是大自然太残酷，也不是社会太无情，没有人会同情你，只有用自己的奋斗来向世人表明你也是会成功的。

由学生一下变成公司职员，这个角色的转变不只有180度那么简单。也不是所有的人都能适应的，因此实习则成了大学生必不可少的一个重要环节，学校之所以重视学生的实习情况，是因为花朵只有经历风雨才能开的更灿烂，应了解学校的良苦用心。

暴风雨总是会来的，我们不应该甘心把头埋在父母的羽翼下，我们应该展翅高飞，用我们的努力搏击天空。我这个人不是很会驾驭文字，只会用普普通通的话来展露我的心情，和大家分享。

第一周（7.11）

这是我开始实习的第一周。上班第一天，心里又期盼又有点紧张，早上早早就到了公司门口，快到八点的时候终于等到了前来接我的张叔。在张叔的带领下见过公司负责人后就来到了我要工作的部门——信息技术部。办公室不大，一个叔叔、一个阿姨和一个哥哥，三个人都在各忙各的事。和大家都认识后，王哥说，小程，我以后就是你在公司的指导老师了，现在没什么重要的事情让你做，你先帮我接下电话吧，将通话内容简要记录下来就行，我说ok。就这样，在电话的此起彼伏中，开始了我人生中的第一次实习生活。

第二周（7.18）

经过第一周没任何意义的接电话的工作，我还真有点累了，想这样的实习太没意思了，一点也不刺激，又一想万事开头难啊。回到工作地点，今天的任务，当然还是接电话。不过在这一周里，我已经可以融入这个组织了，虽然部门每个人员是实行轮班制工作，但是每个人都对我这个实习生很友善，很关心。每次工作会议，我都旁听了，也认真做了笔记。工作虽然有时候显得“无聊”，不过，做人就是要踏实，不能一蹴而就，刚刚毕业的大学生难免有点趾高气昂，但是一定要虚心，这样你就比其他人走得更好更远。

第三周（7.25）

工作是自己找回来的，虽然我只是实习生，但我可以干一些让大家都高兴的工作。除了接电话，有空的时候，我会打扫打扫卫生，让大家工作舒服点。李姨笑我说，你可以去工会帮搞卫生的阿姨那份工作给领了。无所谓，反正我不忙，因为我要改变大学生，或者说90后给人感觉娇生惯养的不良印象。更何况，做人要低调踏实。我相信，我做过的事情，都会留在人心里。

第四周（8.01）

我很疑惑，办公室里面，无论干部还是员工，为什么都这么轻松？难道这就是国企吗？原来，通过我自身观察，现代化的企业运作，基本都基于计算机系统监控操作，只要人监控好计算机，就能对整个站台和堆场里的事物一目了然。难怪人只要下好计划，完成几步操作，就可以很轻松了。当然，对于现场操作监控，责任还是很大的。总结一句：手不累，心累？？

第五周（8.08）

接了一个月的电话，终于守得云开见月明了！周一上午，信息部严经理讲述嘉峪关环境分析，公司发展历程及目前状况，介绍公司内部结构及主要职能部门。安排导师向我介绍工作软件的使用，让我能够和职员进行交流大学生。王哥向我演示了信息录入的具体实现。下午，我有幸进行了实际上机操作。从今以后我就正式拥有了自己的电脑和办公桌，真是让人信心倍增，我要更努力的工作。

虽然这周很累，但是学到了许多知识和得到了许多实践的机会，感到十分满足，让我对明天充满期待！

第六周（8.15）

延续上一周的工作，除了接电话做记录，我在电脑上的工作量也越来越多，而且我深深感知到mis在现代企业管理的重要性，是提高工作效率的关键。真是“书到用时方恨少，打字练习很重要。”看来我是一个不合格的信息录入员。为了弥补这一缺陷，这周的时间我更多地用在了提升打字速度这块。相信勤能补拙。

第七周（8.22）

经过一周的恶补，我现在已经可以轻松地应对我的工作了。闲暇之余我会帮李姨打印一些文件或者整理资料什么的。空闲的时候李姨也会很耐心教我一些单证的知识，虽然我以前在专业课上学习了皮毛，但是，在实际工作中，又是另外一回事，真是受益匪浅。办公室真是卧虎藏龙的地方，要我深有感触。

第八周（8.29）

因为这周没什么事好写的，所以我就稍微对自己这些天的实习情况进行一下总结。作为实习生来讲，要学的东西很多，要做的琐事也很多。我在实习的这一段时间，每天都过的很充实，也让我体验到一种与之前不一样的生活，我的生命中多了一种经历。多一种经历，也就多了一种生活的经验，哪怕现在用不到，我相信在不远的将来也会显示出它的重要性和好处。

第九周（9.05）

回想实习的这些天，我难免会犯一些小错误，但是我明显比以前有了更强的承受能力，不怕面对错误和失败。我会在犯错之后不断学到正确的东西，而且印象深刻，这未尝不是件好事。教师节那天没能去学校看望亲爱的老师们，于是用短信送去了自己的祝福，真心希望老师们能开心快乐、青春永驻。

**大学生寒假社会实践报告总结篇七**

在河南大学附属南石医院将近一年的实习，回顾这段时间的点点滴滴，虽然说不上激情澎湃，但是毕竟我们为此付出了诸多的心血，心里难免有着激动。现在要离开了带领我们踏入医生行列的老师们，心中的确有万分的不舍，但天下无不散之筵席，此次的分别是为了下次更好的相聚。第一次作为医生的经历会让我们铭记一生。在此，我就我这一年来的工作和学习做一个小小的总结，希望从中发现一些优点和缺点，为我以后的学习和工作增加经验。

无论在哪一科室，我处处发挥模范带头作用，善于团结实习同学，助人为乐，一贯任劳任怨，工作不分份内份外。经常得到老师的表扬，病人的鼓励，同学的赞赏。我时刻坚持“以人为本”的服务理念，病人的痛苦就是我的痛苦，病人的满意就是我的最高宗旨和目标，做到一切为了病人。为了病人的一切，在我们的精心治疗下，一批又一批的病人很快康复出了院，这个时刻是我最高兴最幸福的时刻，这是我们努力的结果，同时也是对我人生价值的肯定。

临床的实习是我对理论学习阶段的巩固与加强，也是对临床技能操作的培养和锻炼，同时也是我就业岗前的最佳训练。尽管这段时间很短，但对我们每个人都很重要。我倍偿珍惜这段时间，珍惜每一天的锻炼和自我提高的机会，珍惜与老师们这段难得的师徒之情。

刚进入病房，总有一种茫然的感觉，对于临床的工作处于比较陌生的状态，也对于自己在这样的新环境中能够做的事还是没有一种成型的概念。庆幸的是，我们有老师为我们介绍各科室的情况，介绍一些规章制度、各级医师的职责等，带教老师们的丰富经验，让我们可以较快地适应医院各科临床工作。能够尽快地适应医院环境，为在医院实习和工作打下了良好的基础，这应该算的上是实习阶段的一个收获：学会适应，学会在新的环境中成长和生存。

到病房实习，接触最多的是病人，了解甚深的是各种疾病，掌握透彻的是各项基础技能操作。实习的最大及最终目的是培养良好的各项操作技能及提高各种诊疗技能。所以在带教老师放手不放眼，放眼不放心的带教原则下，我积极努力的争取每一次的锻炼机会，同时还不断丰富临床理论知识，积极主动地思考各类问题，对于不懂的问题虚心的向带教老师或其它老师请教，做好知识笔记。遇到老师没空解答时，我会在工作之余查找书籍，或向老师及更多的人请教，以更好的加强理论知识与临床的结合。按照学校和医院的要求我们积极主动地完成了病历的书写，教学查房，病例讨论，这些培养了我们书写、组织、表达等各方面的能力。

在医院实习期间，我所做的一切都以病人的身体健康，疾病转归为目的，我们严格遵守医院的各项规章制度，所有操作都严格遵循无菌原则。我在内、外、妇、儿各个科室里，都是认真细心的做好各项工作，在带教老师的指导下，对各种常见病，多发病能较正确地进行预防、诊断和处理。比较熟练的掌握了临床常用诊疗技能。本着三基、三严的精神，培养和提高了我独立思考和独立工作的能力。

在这段短暂的实习时间里，我的收获很多很多，如果用简单的词汇来概括就显得言语的苍白无力，至少不能很准确和清晰的表达我的受益匪浅。实习期间的收获将为我今后工作和学习打下良好的基础。总之在感谢河南大学附属南石医院培养我点点滴滴收获时，我将以更积极主动的工作态度，更扎实牢固的操作技能，更丰富深厚的理论知识，走上各自的工作岗位，提高临床工作能力，对卫生事业尽心尽责!

**大学生寒假社会实践报告总结篇八**

真快啊，一转眼，又到暑假了，可我还能有几个这样的假期呢?即将步入大四的我，除了自己的热情，也为提高自身素质和社会竞争力而努力。近年来，大学生创业就业一直是社会热点之一，这次的暑期社会实践就是以大学生创业就业为服务平台，为更多的大学生提供机遇。

受传统观念的影响，多数大学生依然希望选择体制内就业，比如政府机关、事业单位、国有企业以及垄断行业。因为总体而言，这些部门和行业就业稳定性相对较高，收入相对稳定，也有较好的个人发展空间，所以成为多数大学生的就业首选。相反，选择体制外的大学生就业相对较少。而且当前我国地区发展差异较大，特别是东部地区与西部地区发展差异较大，大学生大多依然趋向于选择发达地区的城市作为就业选择地，而这些地区的人才相对饱和，这也是造成大学生就业难的原因之一。同时，当前吸纳就业能力较强的企业总体上对知识和素质要求相对较低，很多工作岗位对劳动者的技能水平要求不高，普通劳动力就能应对，这在一定程度上冲击了大学生的就业机会。

而另一方面，外在因素也有着不小影响。金融危机呼啸而来，亚洲经济的动摇难免会出现牵一发而动全身的状况。一边是更多的毕业生需要就业,另一边是工作岗位减少、大量员工失业的现状。目前，也有很多人把目光放到了工作相对稳定的事业单位上，对此国家政策也作出了积极地调整，公务员和大学生村官的选拔人数也创下了历年来的新高，但仍不能够满足广大毕业生的就业需求。也有许多大学生放下身段、转变就业观念，视线从“白领”转移到“蓝领”，重新回到校园，参加技校学习提高技能以谋出路，作出了符合实际的选择。这是一个可喜的变化，说明现在的大学生就业观念正日趋理性成熟。并且金融危机是危机的同时，也是机遇的暗示。但仅有创业打算不等于能实现创业，只有为创业的毕业生营造好的创业培训和创业环境、才能使他们真正实现创业。当然，三百六十行行行出状元这句话也是没有错，无论学的是什么专业，从事的是什么行业;不管是就业还是创业，只要充分的发挥出聪明才智，就更接近成功。

但创业就业的前提是你自身素质和实践能力。为此凸显了大学生社会实践的必要性。在其中你会看到自己的不足和惰性。心理学家声称：人都有惰性，希望舒适的生活，希望得到的更多而忽略付出。在社会实践中不同于在大学生活中的放松，更多的有纪律、原则、职业道德、生活习惯等等的体现。在社会实践中，会接触到很多你以往鲜少接触的，甚至会让你认识到你人格中黑暗面。当然，这黑暗面不是指暴力等等，而是你的耐心挑战，品格挑战等等，你在大学生活中没有被发现的。在大学生活中，你多数是被发现，而人的眼光总是带有主观色彩，不易让你发现真正的自己。在社会实践中，你的搭档也许是你陌生的，甚至只有你一个人，你有足够的时间和足够的空间来思考和发现真实的自己，考虑未来的路，知道怎样改善自己。换言之，通过社会实践活动，能看到自己和社会需要之间的差距，看到自身知识和能力上存在的不足，比较客观地去重新认识、评价自我，逐渐摆正个人与社会、个人与人民群众的位置。同时会产生一种紧迫感和危机感，能够潜心思考自身的发展，不断地去提高自身素质和能力，以适应社会发展的需要。

在这次的社会实践中，我也认识到自己的不足，大学生普遍存在问题之一，心不够静。实践可以磨练人，让人浮躁的心平静，得到安宁，提高自己的素养。

现代的我们，大多是在书本知识中成长起来的，对我国的国情、民情知之甚少，而社会的复杂程度，远不是仅凭读几本书，听几次讲座，看几条新闻就能了解的，社会实践则为我们打开一扇窗口。大学生走向社会参加实践，亲身体验生活，看到城乡差别，感受贫富差距;在与人民群众的接触、了解、交流中受到真切地感染和体验，从活生生的典型事例中受到深刻的教育和启发，使思想得到升华，社会责任感和使命感得到加强。

在实践期间，我看了不少报刊杂志，了解当前局势;接触了不少大学生，一起讨论大家的问题，互相交流，体会不同的生活;了解不同的人，不同的事，不同的梦想。

在实际的生产生活中，许多问题单靠某一方面的知识是难以解决的，需要考虑诸多因素，运用多方面的知识的技能才能解决得了。社会实践使大学生接近社会和自然，获得大量的感性认识和许多有价值的新知识，同时能够把自己所学的理论知识与接触的实际现象进行对照、比较，把抽象的理论知识逐渐转化为认识和解决实际问题的能力。

当然，也有简单的事，比如装电话机啦。我做了很多从前不曾做过的但看人家做过的。

创业就业依然是社会的热点，但无论你想创业还是就业，你自己，必须有一定的能力。

随着社会的不断发展，对各种人才的要求也随之不断变化，竞争已成为社会的基本特征。因此，专业面窄，社会适应性差，综合能力不强的人才在市场竞争中必然处于劣势，社会实践使我们广泛地接触社会，了解社会，不断地参与社会生活，在实践中不断动手、动脑、动嘴，直接和社会各阶层、各部门的人员打交道，培养和锻炼实际的工作能力，并且在工作中发现不足，及时改进和提高，使之更新知识结构，获取新的知识信息，以适应社会的需要。

**大学生寒假社会实践报告总结篇九**

一、实习目的

大学生活最后的阶段是实习，实习对于每个即将毕业的大学生都特别的重要，在20\_\_年3月1日至6月30日的秦皇岛市新生路小学的习过程中我学会了很多，体会了教师这一神圣职业的光荣。通过实习，我充实了自己，学会了如何教学，学习了许多未曾学过的东西。经历了这段的实习生活，让我感受到教师职业的重任，体会到教师工作的辛苦。在实习过程中，我对比自己的学生时代，感受着不同时代的差别，90后学生的能力一代比一代强，信息接收面越来越广。这就对老师提出了越来越高的知识要求。实习过程中，我们熟练地掌握了教学技能，不仅如此，我还学会了如何处理与学生关系的技巧。

通过教育实习，充分发挥主观能动性，把在大学课堂上所学的理论知识和实际教学相结合，初步掌握初中语文的教学方法和技能，以及班主任的工作内容和方法。了解现今小学生和教育的现状。实习单位为秦皇岛市新生路小学，班级三年级三班。

二、实习单位简介

海港区新生路小学建于1956年，学校现有13个教学班，550名学生，56名教职工，其中小学高级教师18人，一级教师24人，14人正在进修本科学历，大专学历24人，中师学历32人。

学校占地面积10468平方米，生均占地面积16。9平方米，建筑面积3240平方米，运动场为200米环行跑道。设有实验室、仪器室、图书室、阅览室、少队科技室、卫生室、劳动器材室、体育器材室、微机室和多功能活动室。

学校全面贯彻党的教育方针，依法治校，坚持面向全体学生，全面提高学生的综合素质。坚持教育与发展相结合的原则，以教科研为先导，深化教育教学改革，形成了科学管理和系列化教育的办学特色。

三、实习内容

(一)、语文教学

课堂教学，包括备课、上课、修改作业、批阅试题。做一个语文教师所做的事情，积极引导，认真做好工具性与人文性教育工作。

(二)、班主任工作

及时正确引导学生思想，处理班上日常杂务，管理好学生日常行，培养良好的行为习惯，调动学生干部处理班上各事务。

四、实习效果

在实习学校有关领导和指导老师的悉心指导下，认真开展语文教学工作和班主任实习工作。在整个实习阶段，我从一个没有经验的大学生到略有经验的小学语文教师及班主任。在实习过程中，通过教师及自己的刻苦努力，现能较好地上课及做好班主任工作。

五、实习总结及体会

实初为人师，对于我而言却是件极具挑战性、颇具诱惑力的事情。20\_\_年3月1日，开始了为期四个月的教育实习。实习期间的点点滴滴、酸甜苦辣，让我体验到作为一位人民教师的崇高和艰辛。

下面我从几个方面对我的实习进行总结。

(一)、认真做好实习前期工作

首先是把自己的心态放正，因为心态决定一切是辅导员叮嘱的。学做师者就得像师者。指导老师对我的要求：严格要求自己，为人师表，言必行，行必果，身正为范。指导教师介绍了各项实习工作的安排和实习期间该注意的事项。我也主动把实习班级的每个学生和学校的基本情况做了个初步的了解。有了这一切的统筹安排，我的实习才能进行的如此顺利。

(二)、名师指导按步骤提高教学水平

教学实习的开展，指导我的一个非常负责的教师。我们将实习分为两个阶段：

第一阶段为见习阶段，时间为一周。在这个星期里，我全面熟悉初一学生的语文教材，认真听指导老师的每一堂课，并做好每节听课纪录，课后与老师交流，虚心求教，深入了解课堂教学的要求和教学过程。学习如何备课、备学生，如何更好地将素质教育的理论与落实考纲考点的要求相结合。不断地进行反思，仔细体会老师在课堂上的每个细节，并这个细节中所蕴含的意思。因为在课堂上的每个动作都是为教学服务的，这是指导教师经常强调的一句话。我还经常听一些竟赛课、公开课、优质课。之后与指导教师一起探讨，更多的是老师的指点。吸取他人优秀成份作为自己所用。是模仿与学习相结合的阶段。

第二阶段是上课阶段，我的指导老师是三年级三班的班主任，她给我安排的课时很多，这就使我有了更多的锻炼机会，上讲台的次数就自然增多。一天中最多有三节课，一般都是两节课。所以就有了很多交流的时间，在做得不好的地方老师就会及时地给我指出。

另外在课后细心琢磨教材、详细写教案、做课件，每一样都是改了又改，直到自己认为能教好本课为止，这才交到指导教师那里进行初审。在审查时指导老师要求我说出我的上课计划，这就练习了说课的环节。在指导老师的批改和建议下再做修改，之后在上课前进行试讲。我的每一节课指导老师都会坚持去听课，在课后细心帮我评课，针对我课堂上出现的缺点提出宝贵意见，并且肯定了我的一些可取之处，让我倍受鼓舞，在课后努力改正，提高教学水平，以确保在下一次的教学中不出现同样的错误。还要在教学过程中学会整体规划，依照教科书的按排创造性完成教学任务。在这样的努力下，我在教态、语言、板书、提问技巧、与学生互动等各方面都有了显著的提高。

(三)、积极做好班主任实习工作

做班主任是辛苦的，而当一个小学三年级的班主任则是更辛苦的，稍有不注意就有意想不到的事情发生。这给管理教育带来了巨大的困难，所以一开始我就暗下决心，一定要加倍努力，要投入比别人更多的时间和精力将我的工作做好。我从早上6点就起床，早餐之后就到学校签到。每天的主要任务：

1、看早读，每天早上7点半到教室督促他们打扫卫生，检查仪容仪表，督促他们认真早读。

2、在上课时间进行巡堂，检查上课情况，如有上课不认真听讲者，下课及时找他谈话，正确引导。

3、第六节课后为课外活动，我要辅导个别学生，给个别学生作思想工作。在这过程中，我做到爱岗敬业，任劳任怨，不喊苦不喊累，尽责的做好每一项工作，带领学生参加学校的各项活动。如全校大扫除、班团会等活动。

经过不懈的努力，班级整体情况有了改善，我与学生也建立了良好的师生关系，得到他们的信任，我成为他们诉说心事的对象，我也是他们忠实的倾听者，借此及时进行正确的思想引导。

(四)、虚心求教认真吸取他人优点

在实习期间，除了教学实习和班主任工作，我在认真地写实习日志，对每节课都要反思。得与失都在我的心里很清楚，做到下一次少犯错误。在反省自的同时，也要向他人学习。我多去参加学校的讲课比赛现场听课，并做好听课记录。亲自去讲课比赛的现场，从那里我学到了许多有价值的东西。虚心听取别人的意见和批评。从他人身上学到了不少的东西，如不同的教学风格、班主任工作技巧等等。

实习，让我意识到了自己的不足，充分认识到新教学教育的难度和我们需要做好的工作。当老师难，当一名合格优秀的老师难上加难。蜡炬成灰泪始干，老师的辛劳让学生感激不尽。正是这些忘我工作的老师们，一批批未来的花朵开放地更加灿烂!长大后我就成了你，我甘愿当盏灯，照亮学生们的未来之路，为未来的花朵们盛开地更加美丽而辛勤工作!

虽说我的实习生活已结束，但我对教学的追求和努力将一如既往，我对学生的关爱也将永不消减，作为一名师范学院的学生我有信心做好教育工作，争取做一名优秀的人民教师。

**大学生寒假社会实践报告总结篇十**

在去年的8月份，我作为到农村任职大学生中的一员，怀揣着激情与梦想，背着简单的行李来到陌生的农村，担任村党支部书记助理。回想起这一年来，自己经历的憧憬与迷茫，并最终找到了前进的方向，感慨颇多。

一、理想与现实带来的思考

经常有人问我这样一个问题，大学毕业后为什么选择去农村工作?我毫不犹豫地告诉他，这缘自我对农村那份情有独钟的热爱!从小在农村长大的我对于农村更有感情，更能体会到农民生活的艰辛。客观地讲，这种感受曾有过梦想与现实的困惑、交锋。像很多大学生一样，当初我也是带着美好愿望和满腔热血到农村轰轰烈烈干一番事业的，可却发现对农村的梦想与现状有较大差距，日复一日平凡琐碎的工作内容，偏僻简陋的工作环境，再加上一些同学在大城市享受优越工作环境和经济待遇的刺激，我的自信心受到前所未有的强烈打击，不知不觉中产生了心理落差。特别难熬的是第二个月，最初的新鲜感已经渐渐消失，我开始感到“不知道该做些什么，也不知道该怎么做。”一次有位村民请我帮忙解决一件事情，将此事转告给村主任之后，村主任问起该村民的姓名，我发现自己居然忘了问。而且诸如“当村官没什么前途，以后也不一定能转成公务员”、“一个大学生怎么天天做些接电话、端茶送水的小事，太浪费了，干什么不好非干这个?”等负面言论也接踵而至，更让我感到了迷茫和困惑，于是我开始思考来这里的真正目的。

二、积极端正态度

“首先端正态度，我是来干事创业的，而不是单纯为了就业”，想干出样子就要勤于学习，努力当好“小学生”，尽快实现学生到村官、学校到农村、以学习理论为主到以实践为主的三个大转变。很快，我坚定了自己最初的信念。扎根基层，创业农村，服务群众，如果说不艰苦，那是言不由衷的话。刚到村里的第一个晚上我彻底失眠了，那段时间我依然把自己放在父母的骄子，学校优等生的角色上面，面对什么都需要靠双手打拼，一切重新开始，感觉很无助，只是被动的看待所处环境。在认清问题症结所在后，我便主动利用空闲时间，大量学习经济、科技、管理、法律等方面的知识，走出去向镇村干部、老党员和群众学习社会知识、人际关系、处事方法，坚持以村干部的标准来设计自己、要求自己、锤炼自己，力争在最短时间内、最大程度地融入到实际工作中去。现在回想起来，觉得这个转变角色的过程实际上就是不断学习，不断适应农村环境，不断提升工作能力的过程。通过自身努力，我的潜力和能力得到挖掘和提升，村干部和群众都对我开始刮目相看。半年后，村里让我负责全村低保申办、企业安全监管及远程教育等工作，虽然事情比较杂，既要面对个体，又要面对群体，还有充满时代气息的远程教育工作，但我基本上能做到合理安排，统筹兼顾，不再是以前那个不知所措的毛头小伙子了。

三、提高自身工作能力

农村工作千头万绪，困难较多，但作为大学生村官，更要有担当责任的能力和勇气，努力独当一面，用实干赢得群众的拥戴。村里安排我负责的低保工作，点多线长面多，面对的都是一些弱势群体，特别是随着城市化进程的不断加快，延寿村失地农民越来越多，虽然市里和区里采取了许多积极有效的政策安置了部分失地农民的就业，但还有不少年龄大、身体差的农民生活比较困难，只能通过低保解决生计。为了做好这部分人的工作，我深入到这些贫困对象当中，一方面耐心向他们宣讲政策，争取他们的理解支持;另一方面，积极为他们向有关部门申报低保手续，为他们解决点实际困难。村里有一位张娭毑，一双儿女都在外打工，自己腿疾行走不便，在为她办理低保过程中，我先后五次上门，为老人写报告，开证明，甚至连老人的低保照片都是我帮他照的，当老人拿到低保证后，连声道谢：“大学生伢子真不错!”经过一段时间的努力，大家都能主动配合村里工作，支持城区经济发展。平时我除了完成村里安排的日常工作，还利用自己所学的知识，得心应手地为村里做好宣传栏、远程教育等工作，并帮助村里完善了村干部考勤管理制度，建立了党员干部信息管理台帐。

四、工作中的心得体会

有人认为大学生村官并不能为农村作出多大的改变，甚至有媒体也认为“村官无职无权很难发挥什么作用。赋予他们的这个身份很虚，没有话语权，很多建议都不能提出来。”其实，我认为作为一个刚走出校门不久的大学生，当村官是带着一份青涩来学习和积累经验、怀着一份激情来践行理想的，有没有话语权并非关键。农村太渴望人才，太需要大学生了。大学生来到农村，虽然一无经验，二无资金，干的事也很简单平凡，但决非一无是处。相对而言，我们不仅有知识和技术优势，能够利用所学知识为村里的工作提供具有可行性的建议，努力改善群众生产生活，还具有一种昂然的开拓精神和为群众增收致富而披荆斩棘的信心，这些却正是农村所稀缺的。只要舍得付出、愿意吃苦、守住寂寞，用积极的态度、满腔的热情融入到老百姓中去，和他们交朋友，用真心去对待农民，为农民办事，他们就会主动接纳和信服我们，而我们在艰苦环境中脚踏实地磨练自己，在零距离倾听民意、直面民生中增长才干，在与人民群众的血肉联系中干事创业，也必然能够闯出一番新天地，在人生画卷上书写浓墨重彩的一笔。

农村，是历练人生的一所特殊大学，村官，是施展才华的一个七彩舞台，这里没有城市的繁华与喧嚣，只有朴实和宁静。一张张朴实的笑脸，一口口浓浓的乡音，一幅幅挥汗如雨辛勤劳作的画面，总是深深地吸引和感染着我。无论今后，只要延寿村需要我，我将把自己的青春和热情奉献在这片让我越来越深爱的土地，不管路有多远，我都坚持走下去。

**大学生寒假社会实践报告总结篇十一**

教育实习是我们师范生即将踏上漫漫人生征途的标志,是我们师范类学生人生的另一个起点，对我们以后的生涯规划有着重要的意义，大学生实习支教总结。而这次教育实习对我们来说又有着特殊的意义，因为这次实习被称为是支教实习，在我们下去阿勒泰地区学校实习时，我们将顶替下面老师的全部工作。我们怀着一半欣喜一半忐忑的心情来到实习学校——布尔津县冲乎尔乡第一初级中学。短短4个月的实习生活转瞬即逝，在这收获的季节里，我们取得了意想不到的成绩，获得了宝贵的班级管理和教学经验，还深刻体会到了班级的凝聚力和教学方法的多样性，教学的博大精深。当然，由于我们经验不足，实习过程中也存在一些问题。

下面我将谈谈此次实习支教的一些心得和不足：

我于3月6号来到布尔津县的，对当时刚出校门的我们来说这个地方与我们想像的有着很大的区别，也并非我们在学校时想像的那么差，而这里也是一座美丽的小县城。在县城，教育局为我们做了一个简短的欢迎仪式并且让我们与自己实习学校的领导见了面，之后我们就分别到自己的学校去报到了，也正式开始了我们的实习生活。

我实习的地方是布尔津县冲乎尔乡第一初级中学，这个乡是离县城最远的一个乡，坐在车上，小汽车在飞驰，车的两边一望无际的都是白茫茫的雪，过了可能有半个小时，我们进了山，也全都是雪，只不过不同的却是多了让人心惊胆战的感觉，山路曲曲折折，好像汽车一不小心就要栽进山崖下一样，好不容易过完了山路，我们都长舒了一口气，刚睁开双眼一大片红树林竟在我们眼前，好美啊！我们不由的为此感叹到，而这里就是我实习的地方冲乎尔乡，一个风景美丽，人们充满热情的地方。

来到学校，学校对我们实习来的三个实习老师极为关心。刚到学校时，校长，主任等领导便亲自到大门口来迎接我们，这让我们每一个实习老师都很感动，这也足以说明学校领导对我们是十分重视的他们对我们重视，对我们的生活更是想的很周到，为我们买了热水器，电饭锅等一些生活用品，为了让我们不感到无聊特为我们添置了电视机，vcd，。刚开始在这里吃饭我们都很不习惯，不习惯民族他们的那种习惯，天天都是吃烤馍馍，喝奶茶，就为这个，学校领导专门给我们买了大米，让我们可以吃到大米饭，学校领导为什么做的，我认为是非常的到位与周到的，我在此要感谢领导对我们的关心，还有老师们平时对我们生活的照顾，我也一并谢过了。

我的专业是数学，按大学计划我教的应该是初中的数学，但是由于我到的学校是一所民族学校，他们对数学，物理等课程的授课全是用哈语授课的，因此我被分派到中学汉语组担任七年级（2）班的汉语，初一（1）班的体育和其他初中年纪的数学物理和化学的辅导。并且在刚开始的前几个星期担任三个班的实习汉语老师（有位老师请假帮忙代课），周课时为19节。在这4个月的实习生活中，我虽然作为一名实习老师，但是我仍以一名正式教师的标准严格要求我自己，以自己高度的责任心、积极的态度投入到这里的课堂教学以及班级的管理中。认真地备好每一节课，努力上好每一节课，根据当地学生基础差的实际情况，采取一些适合他们的教学方法，得到本地学生的喜爱。在组织纪律方面，我严格遵守了学院和当地学校的纪律，特别是在教育教学和纪律方面得到了当地学校领导和老师们的一致好评。

因为我到的学校是一个全民族的学校加上好多孩子都是来自山里、农村，以往他们对汉语的重视程度不够因此学生的汉语基础知识是十分的薄弱，就拿他们上学期汉语成绩来说，一个班级30多个人，汉语及格才2个人，并且都刚刚考了60几分，所以我给他们上课是很吃力的，他们听课也是一样的吃力，为此我尽量的讲的最慢以便让他们每一个人都可以听明白听清楚。上课的课文我要带读，带读的时候要反复几遍，甚至几十遍，但只要学生会读了，他们就会变的很主动、上课回答问题都很积极，一个劲在那叫“老师”“老师”…生怕自己没有机会似的，他们的热情被我调动了起来，也使他们有兴趣去学汉语，用汉语。在这四个月的时间里，我明显感觉到他们对汉语学习的兴趣比我来之前要浓的多。而且他们自己给我写的意见中也说到了这一点。

**大学生寒假社会实践报告总结篇十二**

实习之前，听化学系的同学说，以前的实习都很闲，在那里看看报纸看看书，然后就回来了。我是去药检所中药科的，我的实习会忙碌吗?

我把问题放在心中，顶着烈日坐上校车，奔赴实习地点——\_m市药品检验所。

这次实习为期20天。经过会议厅的短暂休整，我们5个人来到药检所六楼中药科，开始了实习。

第一次工作，我们即紧张又高兴。中药科主任先为我们介绍了中药科的基本情况，接着给我们每个人指派了一个导师。我们跟着罗老师一起做实验。

实验生活

万事开头难。罗老师已经把样品做完了，于是我只有看《药典》和图谱的份了。罗老师很热心地为我找了两本：《实用中药饮片鉴别图谱》和《中药彩色图集》给我看，让我多了解中药材。

不过看着看着，发现他们都去做实验了，就剩我一个人在看书，我就跟着其他同学，看他们的实验，也算是做了一回演示实验吧。

我还看了传说中的《药典》，让我无法理解的是，几乎所有的药物的分析方法它都有，各种实验方法的规范它都包含了!这样看书的日子蛮煎熬的，大家都有事做，就我一个在看书。

还好，事情没有多久就让我遇上了。罗老师拿到药品要做薄层色谱。于是我和另一个实习生一起称量，配溶液，回流，萃取……实验室里空调坏了，我们却丝毫没有在意，帮助老师制备供试品溶液和对照药材溶液。

老师做了一次薄层分析，效果不错，我感觉到了小小的成就感。随着实验越做越多，老师也让我自己做完整的实验：黄精的薄层色谱分析。

我认真地按照老师给的步骤一步步做下来，制备了供试品溶液和对照药材溶液，可惜最后在薄层分析时，温度太高，溶剂挥发性太强，热运动太厉害，最后结果就很糟糕，有些斑点被溶剂掩盖了。

咱们也是学化学的，爽快地做完实验，那个心情自然是好，可是瓶子也想要洗个爽快的澡呀~于是乎动手开始洗瓶子。听说上一届的学姐一手抓了20多个瓶子在洗，再看看我的瓶子，太大了，破纪录是那么的遥不可及。

窗外的景色倒很好，山像是铺了一块绿毯子，还带着花纹呢。不知不觉就洗完了，清点一下，竟然有40来个，我都不可思议了。

通常，早上老师一开始都在查阅文献(一般都是《药典》)，找到实验的步骤，确定实验方案。由于做薄层实验较多，我们一般上午进行加热回流、过滤萃取等步骤，中间的空闲时段穿插配制一些即将要用到的溶液。

经过午休的调整，下午我们就去薄层室进行点样、做薄层析，不时洗洗玻璃器皿，一天的实习基本就是这样过的。老师们经常了解我们的学习生活情况。

见面的时候都会有个问题，我们是学药学的吗?顿时我们就感到我们背景不足。不过从后来的实验来看，这完全是多余的。虽然不了解药材的外观、功效，但我们仍然可以出色地完成各步实验，老师满意的笑容就是对我们最好的肯定。

中药科有一间是专门展示药材的。一些日常见到的东西，竟然也是药材，这大大地出乎我们意料。更不可思议的是，里面摆放着一只金钱豹的骨架，汪老师说，金钱豹是可以做药材的。

看来我真是孤陋寡闻了。里面还有一些是假药品。罗老师介绍时说，假的有时候比真的还难得到。

每天中午的午餐是要我们自己解决的。做了一上午的实验，大家都累了，谁想顶着毒辣的太阳到山下买吃的，然后再爬上来呢?我们选择了订餐，王琪同学非常热心地做了我们的代理，我们就亲切地称她“饭管”。

本来只有我们这层的同学一起订餐，饭管做得很出色就是没办法，其它楼层的同学也是慕名而来，想必那家快餐店是赚翻了，饭管却是没有任何报酬，真是个好人。

由于天气非常炎热，主任想到一个解暑降温的方法——吃西瓜。汪老师打电话让山坡下的水果店每天都送西瓜上来，然后放在冰箱里。下午2点半上班的时候，汪老师总是热情地切好冰镇西瓜招待我们吃。

吃上一块西瓜，又甜又冰爽，不仅驱走了炎炎热气，还振奋了午休之后似醒非醒的精神。

午后登山

汪老师曾经推荐我们去山上玩玩。最后一天午后，我和老官决定去爬狐尾山。烈日当空，我们放弃了大路，选择树林中的台阶往上爬。

渐渐地，我们来到了四岔路口：向上or向左or向右?老官对台阶观察颇为仔细，发现左边的台阶宽很多，于是我们就接着走台阶。我们一心想上山顶的气象台——人们称之为“海上明珠”——去看风景，所以路边的野草花没有引起我们多大的兴趣。在这条路上走了很远之后，我们发现这是下山的路。

原路返回在所难免，而且我们决定爬那条向上的台阶。有些台阶已经被落叶所遮盖，我多次“触线”——蜘蛛丝，心里开始在想：这路很久都没人走了?

不幸被我猜到，我们到了台阶的尽头，那是气象台高高的围墙和铁栏杆，没有能够进去的后门。我们再次原路返回了，这样折腾一下，觉得还不如当初沿着大路走算了。

结果悲剧再次发生，我们回到四岔路口选择了最后一个

**大学生寒假社会实践报告总结篇十三**

一、封面。(注明作品名称，可以插入图片和警示格言，署上姓名和年月日，用较厚实的纸张打印。)

二、扉页。是书翻开后的第一页(即整本书的第二页)，扉页的内容包括个人姓名、籍贯、年龄、性别、学历层次、专业、班级、通讯地址、联系方式等，也可以放入个人照片。

三、目录

四、正文

引言

第一章 认识自我

1、个人及家庭基本情况

2、职业兴趣、职业能力与个性特质测评结果

3、周围不同角色的建议

个人特点小结

第二 分析外部环境

1、就业环境分析

2、学校环境分析

3、职业环境分析

4、组织环境分析

外部环境小结

第三章 确立职业目标

1、面临的职业机会

2、swot分析

3、职业选择决策

4、职业发展方向及总体目标

第四章 职业发展道路及具体实施方案

1、职业发展路径

2、按阶段分解职业目标

3、具体实施办法

第五章 职业生涯的评估与修正

1、职业生涯的评估

2、职业生涯规划的修正

3、职业危机与干预

五、结束语

写作要求：1、参照该模板完成个人职业生涯规划书的制作;

2、封面、扉页、目录各单独成页打印，排版要工整，字体要清晰

3、正文部分5000字作左右，小四的字体，行间距为固定值20，每段首行缩进

两个空格。

4、可用a4纸打印，于纸张左侧用两个订书钉装订，也可手写。

5、作业由学习委员统一收齐，于18周周五早上交到行政楼二楼学生处办公室。

**大学生寒假社会实践报告总结篇十四**

不知不觉间，一个月的实习时间已经到了。在这一个月的实习中，我成长了，也发现了很多的问题。

我所在的实习单位是广州大淘商贸有限公司。该公司起先是由老板和老板娘两人携手办起来的，是从一个没有任何信誉的小淘宝店，一笔一笔的做到今天的三个皇冠，实在是相当的不容易。从20\_年开始经营，到今天已经有整整5年的时间了。是经过不断的坚持和努力，才有今天这样的成绩的。公司的宗旨是：客户至上，服务第一。秉着这一原则，我们工作时刻警惕着。

公司规模不大，一共分为两个部门：客服部和仓储部。两个部门的独立分开但同时又是密不可分的，是一种相对独立的模式，并同时直接由老板管理。

做了一个月的实习工作，每天做的事情是很繁琐，但是是绝对不能马虎，因为一个不留神，就可能损失一个客户甚至是带来一个差评，严重的可能还会导致维权处理。因此，我在我的岗位实习中，是非常谨慎和小心的。生怕粗心，弄错事情，那样损失就惨重了。

在工作中，就不像是在学校那么轻松了，不是上上课，吃吃饭，完成完成作业就可以解决掉一天的日子了。我们明天都是要完成一定的工作量的。

“在学校里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。实行后才体会到含义。我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰，于是在实习中，只有不断的学习，不断的充实自己才能在这社会上站得住脚，才有生存的地方。

实习了，就意味着我们不是在学校了，面对的不单单是客户，不单单是工作，生活圈子也不仅仅是同学，不仅仅是老师了，我们还要面对同事，面对上级，面对老板。

实习中，不仅仅要承受工作上的压力，还要懂得职场上的规则，和同事之间，上级，老板之间要如何相处。很多时候同事不会象同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬，因此刚出校门的我们很多时候无法适应。但是环境往往会影响一个人的工作态度。

一个冷漠没有人情味的办公室，大家就会毫无眷恋之情，有更好的机会他们肯定毫不犹豫的跳槽。他们情绪低落导致工作效率不高，每天只是在等待着下班，早点回去陪家人。

而偶尔的为同事搞一个生日party，生病时的轻轻一句慰问，都有助于营造一个齐乐融融的工作环境。心情好，大家工作开心，有利于公司的发展。而我们的公司虽然是一间小规模的公司，但是我们同事之间的关系都很好。

在我刚刚进入这件公司的时候，我可以说是什么都不懂，这时候可以说只能靠自己的力量慢慢去摸索，去学习，才能够真正将工作做得更好，所以，我经常请教我的同事。还好，我的同事都很热心的教我，在我不懂的时候，即使工作非常的忙，也会放下手头上的工作，教我怎么去处理，在跟客户交流的时候，怎么说才能取得更好的效果;我被客户刁难的时候，总是鼓励我;在客户发脾气的时候，总是给我信心，让我坚持下去，冷静下来。

渐渐的，我的心态也变得比之前好了，在她们的帮助下，我的脾气也变得更好了，在她们的教导下，我做起事情来也比较井井有条了，有秩序了。

**大学生寒假社会实践报告总结篇十五**

一、实习基本情况

根据学院教务处的要求，采取集中实习和分散实习两种形式。分散实习学生自己联系实习单位，都出具了三方签名的书面材料(个人申请书、家长同意书和实习单位接受实习的证明书)。集中实习学生的实习单位由系里联系。所有实习单位都有专业教师指导。实习类型有毕业实习和毕业设计两种。根据学生个人意愿和特点选拔毕业设计学生，其他学生参加毕业设计。

二、实习表现与效果

达到了毕业实习的预期目的。在学校与社会这个承前启后的实习环节，同学们对自己、对工作有了更具体的认识和客观的评价。本次实习采取分散形式。原则上以就业实习为主，同时与毕业论文选题相结合。本届实习的单位覆盖面很广，企业总体水平也比较高。实习收获主要体现在两方面。

工作能力。在实习过程中，绝大多数同学积极肯干，虚心好学、工作认真负责，主动参与企业市场调查、产品销售、外贸谈判、行政管理、财务管理、生产运作管理、人力资源管理等工作，同时认真完成实习日记、撰写实习报告，成绩良好。实习单位的反馈情况表明，我们的学生具有较强的适应能力，具备了一定的组织能力和沟通能力，普遍受到实习单位的好评。大多数学生能胜任单位所交给的工作。在毕业设计单位和有些企业，实习学生提出了许多合理化建议，做了许多实际工作，为企业的效益和发展做出了贡献。

实习方式。实习单位指定指导人员师傅带徒弟式的带学生，指导学生的日常实习。学生在实习单位，以双重身份完成了学习与工作两重任务。他们向单位员工一样上下班，完成单位工作;又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。同学们认真的工作态度、较强的工作能力和勤奋好学的精神受到了实习单位及其指导人员的一致好评。

实习收获。主要有四个方面。一是通过直接参与企业的。运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了本科教学的实践任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是一些学生在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业论文积累了素材和资料。

指导老师们在整个实习过程中尽职尽责，对保证实习质量起到了重要作用。实习开始时，老师们深入学生和实习单位，阐明实习大纲及实习计划内容，明确实习目的和要求。实习过程中，结合实习单位的具体情况，帮助学生学会具体地分析问题、解决问题，学会深化专业知识，用专业知识指导实践，指导学生做好具体工作;在业务不多的实习点，引导学生“找事做”，挖掘他们的实践经验;检查学生实习工作日记，掌握实习情况，指导工作及时有效;督促学生认真完成实习报告。实习结束后，老师们认真做好学生的实习成绩考核及评定工作，参加实习交流会，完成实习总结报告。指导老师平均每周与每个学生交流一次。指导方式有电话、电子邮件、下点、面谈等。基本达到了及时发现问题，解决问题，提高实习质量的目的。

实习单位的指导老师认真负责。不仅指导具体工作，还无私的介绍自己的工作与社会经验。

校企关系。实习前后系领导带领实习老师专门拜访、答谢实习单位，实习结束时系里向实习单位发出统一格式的感谢信。实习学生积极配合企业工作，他们的精神风貌和实际工作绩效对企业工作起到了良好的促进作用。使校企关系得到了进一步巩固和发展。

总结交流。返校后召开了各种形式的交流会，内容丰富、气氛热烈，同学们积极发言谈经历，谈体会，谈感想，论题丰富，论据翔实。实习指导老师亲临交流会，既肯定了同学们的成绩，又指出了实习中的不足，并对同学们的观点或体会进行了点评。对就业应聘以及将来工作具有很大的指导意义。

三、实习改进建议

增加实践环节。学生们共同的体会之一是“书到用时方恨少”。从销售终端的商品管理、价格确定，到渠道控制、广告投放、新品开发及至市场调研，都需要宽泛的理论知识支撑。有的单位工作专业性较强，学生下班回来找书找老师求教，其他实习点的同学也主动参与出谋划策。极大的激发了大家的学习积极性，许多同学遗憾学习时不够努力刻苦。一个普遍反映的问题是同学们希望都能参加一次实际营销策划活动，以系统地了解企业运作过程，增强实践能力。在我们的教学计划中，虽然有二年级的社会调查实习，但专业性不强，投入不足。如果三年级设一次短期专业性社会实践，会促进学生学习，进一步增加实践知识。如果增加实际营销策划内容，会加大教师工作量。但是，增加社会实践环节，确实是实现营销专业人才培养目标的重要途径，尤其有助于学生就业。我们初步计划增加营销策划实践工作项目，使目前学生的参与人数从增加到。建议学校把专业性社会实践纳入教学计划。

承认教师指导社会实践的工作量。目前教师指导社会调查实习、毕业实习都没有计入教学工作量，所以不能调动教师积极性，也出现了上面三番五次强调但总是难以见效的实际情况。包括毕业论文也存在这样的问题。指导社会实践和毕业论文需要教师投入一定的时间和精力，才能收到效果。总结经验可知，无论社会调查实习、毕业论文的撰写，还是策划活动，每个好成绩的取得，都投入了指导教师大量的工作甚至个人的研究成果。所以，在进一步规范社会实践和毕业论文的同时，应该肯定教师的工作量，才能激励教师投入，才不会流于形式，真正达到实践目的。而承认教师工作量最有效和透明的办法之一就是把指导社会实践和毕业论文工作计入教学工作量。

加大教学改革力度。以社会需求为导向，调整课程设置。实习中了解到，目前社会需要大量的市场营销人才，可是，我们的学生却难以找到合适的岗位。客观表现为企业一般招聘有几年工作经验的人。其实企业的真正需要的是人才，这里折射出来的是：应届毕业生不算是人才。我们不能改变招聘条件，只能使自己成为人才。学生怎样才能成为人才，是我们面临的迫切问题。首先，要研究营销人才的内涵，然后以此调整培养目标、课程设置、教学目标、教学计划、学生知识和素质要求等。要加强就业指导工作，重视就业率，就业率是学院生存的重要基础。

毕业实习规范化。以规范实习材料为重点，在实习大纲中明确要求，实习总结中落实到位。以严格实习成绩为切入点，强化实习效果。以计入教学工作量为动力，激励教师投入实习工作。

**大学生寒假社会实践报告总结篇十六**

在这一学期，在老师的带领下，我们学习了大学语文。在老师的教导下，我明白大学给我们开这门课的目的是培养我们今后在职业生涯对应用文体的应用能力，加强我们的口才，提高我们的竞争力，让我学到了很多东西。

以前一直认为，语文嘛，无非就是叫你这样去鉴赏诗歌词赋，怎样去找一篇文章的中心思想，怎样去体会一篇文章的美。但现在美味人事到自己错了，真的错了。刚开始上了两节语文课，老师就让我们了解了大学为什么要给我们开这样一门看起来没有多大用处的课程，让我们知道大学语文不仅仅是教怎样写鉴赏诗歌辞赋，它还教我们怎样写应用公文，还教我们怎样锻炼口才，那些都是在我们今后的职业生涯中极其有用的东西，谁都不敢说，他再今后的职业生涯中不会用到“应用公文”，而仅仅是沉浸在那些你看都看不懂的文章的欣赏之中。《高职实用语文能力训练》，从这书名中我们就应该能看出：大学语文不同于以前我们所学的语文。

在第一节课，老师就开始教我们利益，比如我们的坐姿，走路，如何表示对他人的尊重等等，这些东西，就已经是完全脱离我们印象中的语文课程了，在之后的一整个学期，老师都在对我们言传身教，使我们获益良多，在这半年中骂我们学到的不是钻到书堆中，读者深奥对不实际的理论，而是如何创造实际中有用的东西，这些是我职业中一定会用到的东西，却是我们所缺乏的，那就是应用公文的写作。

在这一学期的学习中，我有过慌神，因为我一时难以接受大学语文，十几年的语文学习，使我对语文的理解已经根深蒂固，不过还好，老师的教学方式让我很快地融入大学语文的学习中，并且每次的错也我都很认真地完成，每堂课我都很认真地听，每篇文章我都很仔细地去读，尽我最大的努力去学习。语文的学习不是一触而就的，而是一个终身的，实践的过程。因此，老师的教学方式使我感触很深，那就让学生自己备课，并上讲台讲课，再由老师点评。

以前上课时，如果哪个老师有哪一点没讲好，我就会跟同学一块，指点老师的不足，认为他们讲的课好无聊，我自己上还能讲得更好。终于，上大学后，我有了这样的机会，那就是学校提出的要求，安排学生上台讲课，自己备讲课稿。刚接到这个任务的时候，我很兴奋，终于有表现的机会了，并不断地再脑海里想象着自己上课时的情景：应付自如，滔滔不绝，并且想着到时要做些什么样动作才能让自己感觉更潇洒„„

为讲课内容，而备教材，不仅要知道本节课的教学目标，还要联系上下教材，准确的把握你所教的这节课的知识、能力、情感目标。因此所备教材内容杂乱，没有把握住轻重点，这就直接影响到教学质量。我渐渐地感觉到力不从心，原来做老师并不轻松。

终于轮到我讲课了，我心里既兴奋又有些紧张，兴奋的是因为我没想到自己居然能上台讲课，多天的努力终于可以展示出来了，紧张的是没有把握讲好课，毕竟这是第一次，而且讲课，最大的难题便是调动积极性。果然，如之前所预料，上课没多久，同学们就开始各忙各的，而我也因为资料太多，没能分配好时间，导致后面的讲课内容全乱了，很多准备的内容都没有讲。

这次的上台讲课，给我的最大感受便是：当老师，不容易啊。当然讲课最终结果对我来说是失败了，但却也使我获益良多。第一，这次讲课，使我更深刻地了解了教师这一职业，知道了老师为了给学生上一节课是多么的不易。平时上课，我们不但不听课，还说话聊天，无视老师的存在，而当自己站讲台上看下面的同学也是同样的情况后， 我终于知道了老师心里的滋味，因此，这次活动教会我们要尊重老师。许多东西不在于多，而是在于精，这次备课，找的资料太多了，因为害怕内容不够，到时讲课面临尴尬的时间太多，时间分配不合理，直接导致了讲课的失败。也让我学会了阅读，因为在备课过程中，为了把课讲好，我们会从多方面、多角度地去看待同一个问题，读懂作者的心思，体会他们的心境，感受他们的思想，这样才能够真正得欣赏一篇文章。除了以上这些，我们还学会了冷静，学会了如何去把握轻重等。 这个学期，老师除了安排了讲课活动外，还给我们布置了另一项任务，那就是课外阅读，读一本你觉得好的书。我选择的是卡耐基的《人性的弱点》。一学期的阅读，让我受益匪浅，读这样的书，就像是在品尝了一场美味的人生盛宴，自得其乐。要将这种感觉说出来，还真是只可意会，不可言传。它像一面镜子，帮助我认识自我，了解自我，从而完善自我，驾驭自我，成为一个善于经营自我生活的的成功者。漫漫人生路，它让我在看清来路的同时，更清楚自己在面对怎样的未来。

“真诚的欣赏与赞美他人”是我读完此书最深的感触。这本书，读一遍，只能了解一下大概，必须多读几遍，用心去体会其含义，所谓“知己知彼百战不殆”，战场上如此，生活中亦然。一个了解对方更了解自己的人才可以在生活中游刃有余，立于不败之地。《人性的弱点》是卡耐基思想与事业的精髓，全书通过栩栩如生的故事和通俗易懂的原则，从人性本质的角度，挖掘出潜藏在人体内的60大弱点，一个人只有认识自己，不断改造自己，才能有所长进，直至成功。卡耐基写的并不是很深奥，写的都是平常的小事，但书中又嵌入卡耐基的艺术灵魂。他对这些小事的反应，是我从未想到过的，使我的心灵受到了震撼。

卡耐基以他对人性的洞见，利用大量普通人不断努力取得成功的故事，通过他的演讲和书，唤起无数陷入迷茫者的斗志，激励着我们后人不断取得辉煌的成功。《人性的弱点》这本书中的提示与建议又有着极强的可操作性。用一句话来概括就是：认清人性中的弱点，当我们办事的时候针对这些弱点下手，就会事半功倍，顺利成功。再次读《人性的弱点》，让我领悟到：这弱点，既可以是自己的，也可以是别人的。了解了他人身上的弱点，就可以使我们每一个人在日常生活的交往顺利进展;了解自身的弱点，就可以使自己扬长避短，凸现自己的优势，从而建立美好的人生。在书中，作者谈到了我们在生活中，工作中要学会真诚的赞赏他人。卡耐基说：“天底下只有一种办法可以促使他人去做任何事情——给他想要的东西。”“在你每天的生活之旅中，别忘了为人间留下一点赞美的温馨，这友谊小火花会燃烧起友谊的火焰。”同时，卡耐基也说过这样一句话：“人就是这样，做错事的时候只会怨天尤人，就是不会责怪自己。”也许这一句话我们并不陌生，而且经常用到，只是我们将其作了少许的改动而已，改动后就变成了“他就是这样，做错事的时候只会怨天尤人，就是不去责怪自己”。看似细微的差别，可是差之毫厘，谬之千里，当你用一个手指指着别人说这句话的时候，也许令一个手指正指着你自己。卡耐基一语道破人的这一劣根性。我们总是喜欢高高在上，谈论别人的是非对错，为什么就不能对照他们，审视一下自己呢?别人做的不好时，是否自己做的就完美无瑕呢?

站在别人的角度审视自己是需要理解和宽容别人的素质和修养的，只有不够聪明的人才批评和抱怨别人——的确，很多愚蠢的人都这么做。我们只有真诚地关心身边的朋友，才能赢得朋友们最大的信任。读这本书，它给了我启发，使我准备好了良好的心态来面对未来将要发生的一切。首先，我要改变自己，要学会以快乐的态度对待生活、工作。书中说：“不要忘记，快乐并非取决于你是什么人，或你拥有什么，它完全来自于你的思想。”

我只能说，大学语文不是一门简单的课程，它是我们生活中的导师，在这一学期的学习中，它直接或间接地改变了我，使我不再沉默寡言，而是能和同学一块，共同学习，一起解决学习中的各种难题。这次，我虽然只选择了两个感受最深的内容作为学习总结，但我心里知道，大学语文教会我的并不仅仅只有这些，还有很多我们没去注意的细微之处，它们正在不知不觉中完善着我们„„

**大学生寒假社会实践报告总结篇十七**

一转眼，实习的期限即将在今天结束。在这一段日子里我从中学到了很多在学校课本里无法掌握的实习性技巧，这是我从天真无邪的学生向社会人转变的开始。从一开始对实习的向往，希望可以从中体验到新奇有趣的事物的单纯想象，到在工作中一点一滴的展现出对人的严谨要求，然后经历疲惫期，这些日子我都在思考如何作为一名优秀的实习生在岗位上扮演着最合适的角色。

刚到司法局的那阵子，我因为没有长阶段的系统性的实习经验，对于实习做什么，如何做，我感到彷徨与迷茫，这是我所面对的难题。对于来之不易的实习机会，我更多的是珍惜。认真工作、谦虚好学，是我实习之前给自己定下的目标。在此目标的指引下，工作的第一周我饱含自信、认真谦虚，希望能将我所学的知识能运用到其中，但我同时保持着清醒的头脑，我无时无刻不提醒自己作为一个没有一点实习经验的学生，只有“多听、多看、多想”才能切实的学有所得。

在一个月的实习中，我一直谨记基层科长辈们对我的悉心教导。我依然记得科长对我说的一句话：做事无论再急，也要强迫自己静下心来，用尽可能多的时间思考!这句话一直激励着我，无论做任何事情都要用脑子去干活，不是蛮干，要巧思、巧干!每一天都是一个新的开始。

在学习上，来到司法局，来到基础科，是我的幸运。相较于工作技能，我个人认为更是一种工作氛围的熏陶。毕竟自身经验和能力，以及时间上的限制，只有充分熟悉和理解后，工作技能才能切实提高。但对于我，工作氛围却有着最直接的感知影响，我第一次真切的感受到公务员生活。在我眼里公务员这个职业，是一个稳定、劳心劳力的工作，并没有外界看来那般清闲，需要信心、恒心、毅力，而且需要时刻给自己强行注入激情。

在生活上，同样收获良多。第一次长时间留校，独自生活，会有孤独寂寞，但我已成功的把此转化为继续努力的动力!英雄要耐得住寂寞，通过这一段时间的锻炼，我发现自己长大了。从前我一直不能真正的去体谅父母，但如今发现当一个人必须独自面对生活的时候会遇到很多难题、不顺心，父母的支持与鼓励是我继续前进的动力!

实习期间最大的感悟是，应该不断有针对性地对自己进行职业发展规划，用努力学习来尽可能的强大自己。我们得清楚的认识自己，了解自己，方能在今后的工作中更有针对性的对待。

**大学生寒假社会实践报告总结篇十八**

这次实习的内容是对工程测量知识的实践化，实习的要求是让每个同学都对工程测量的实际操作能够达到基本掌握的程度。由于本次实习安排在了暑假，天气炎热，且实习时间较为紧迫，老师对实习内容进行了适当的压缩，将我们一个班33名同学分组合作。在实习的第一天，由吕靖老师给我们做了实习的动员。在动员会上，吕老师强调了本次实习的重要性，并分析了由于大庆地理条件较恶劣及建筑物密集等因素给本次实习带来的困难。并鼓励同学们努力克服天气以及实习条件等困难，努力完成本次实习。同时，高老师还讲解了仪器操作、搬迁中的注意事项，并要求在实习期间自行保管实习备品。本次实习中需要用到的仪器主要有水准仪、水准尺以及脚架。从当天下午开始，我们就正式开始了室外的测量工作。

一。实习内容

本次实习内容包括四等水准测量。纵断面水准测量以及场地抄平测量。

1。四等水准测量

首先进行的是业外测量，在实习场地的周围选取大于1000米，小于1300米的五边形闭合导线，在每条边上至少选取一个转战。将水准仪架在两点连线的中垂线上并调平，在两点分别竖起两把水准尺，按照后视黑尺—前视黑尺—前视红尺—后视红尺的顺序，读出黑面尺的上。中。下丝以及红面尺的中丝读数，并记录每点以及转战的读数。业外测量工作结束后，我们又进行业内计算工作，业内计算的工作量是非常大。规定起始点的高程为30米。按照相关公式计算出每点的高程，并计算出各项限差：视线长度 前后视距差 前后视距累计差 黑红面读数差 黑红面高差之差高差闭合差并保证各项限差符合国家四等水准测量的规范。h视线高程=h已知高程+h视尺读数国家四等水准测量规范表等级 视距长度(m) 前后视距差(m) 前后视距累计差(m)基。辅分划读数差(mm) 基。辅分划所测高差之差(mm) 四 ≤80 ≤5。0 ≤10。0 5。0 5。0

2。纵断面水准测量

首先拟定施测路线。在指导教师的指导下，选一已知水准点作为高程起始点，记为bm1，选择有200米长度、一定高差的路线作为施测路线，每隔10米处标记庄点，再在地势起伏较大的点上另设庄点。1人观测、1人记录、2人立尺，施测1~2站后应轮换工种。施测第一站，以已知高程点bm1作后视，在其上立尺，在施测路线的前进方向上选择第一个庄点0+000立尺点，作为前视点，将水准仪安置在距后视点、前视点距离大致相等的位置，将高程引至0+000点。仪器迁至第二站，第一站0+000点的前视尺不动变为第二站的后视尺，第一站的后视尺移到庄点0+030上，变为第二站的前视尺，观测并记录黑尺读数再将尺立再0+010，0+020庄点并记录读数。5、按以上程序依选定4个转战测量所有庄点的黑尺读数，并计算每点的高程。业外测量结束后，我们把每庄点以及的高程，按横向比例尺为1：1000。纵向比例尺为1：100画在坐标标准纸上，计算出坡度设计高程管底高程以及埋至深度后，我们将各个高程用曲线连接，并画出地下管线的纵断面图，就绘制好了管道纵断面图并在土下方注明所有数据。坡度=起点与某点的高程差/起点到某点的距离设计高程=起点高程±坡度×起点到某点距离埋至深度=地面高程—管底高程

3。场地抄平测量在实习基地选取一块面积为2500平方米正方形平地，每条边每隔10米选一点，用勾三股四弦五的方法检测正方形的直角，在0行选30米，在0列选40米，看30米和40米的点之间连线是否被分成5份(每10米为一份)，若是则为直角。把每边的横纵点连接，形成36个点，其中4个角点，16个边点，16个中间点。将水准高程bm1点的高程引至第一点，在正方形的中间架起水准仪，在每一点处竖尺，观测并记录黑尺的中丝读数，并计算每点的高程。根据每点的高程计算出设计高程填挖高度以及填挖用量。 h设=(∑h角+2∑h边+4∑h中)/4n (n为方格总数)h填挖高度=h顶点高程—h设计高程v角=1/4hi×s(hi――方格角点填挖高度)v边=2/4hj×s (hj――方格边点填挖高度)v中=4/4hl×s (hl――方格中间点填挖高度)s=方格的面积

二。 体会与总结

在实习过程中，我从技术，团队合作，专业素质等方面都有了极大的收获。从技术方面来说，这次实习给了一次我将所学知识进行运用来解决实际问题的机会，在实习过程中，许多原来并不熟练的知识逐渐被清晰的理解，许多原来没有重视的方面也得到了巩固，更在发现及解决问题的过程中学习到了不少新东西，在课本中所提到的技术要求之外，我在以下几个方面我有了比较深的体会：

1由于是同组合作，所以在实习程中团队精神就尤为重要，首先要拟订准确的计划，分工明确，在测量过程中我们不但要做好自己的工作，还要考虑同组人的工作，尽量要为别人带来便利。小组成员的合作很重要，实习小组的气氛很大程度上影响实验的进度。

2在实习前一定要及时预习测量方法以及相关的计算公式，在实习过程中要听指导教师的安排，避免由于测量方法错误而造成的错误和误差。熟悉了仪器的使用和明白了误差的来源和减少措施，还应掌握一套科学的测量方法，在测量中要遵循一定的测量原则，如：“从整体到局部”、“先控制后碎部“、”由高级到低级“的工作原则，并做到步步有检核”这样做不但可以防止误差的积累，及时发现错误，更可以提高测量的效率

3业内计算必须要非常仔细，因为没一个小错误都可能导致整体的错误，误差的检验也是很重要的，一切数据都必须控制在可允许的范围内。四等水准测量和纵断面水准测量以及场地抄平均需检查限差，超过差限一定要重新测量由于天气炎热，起初我对这次实习抱有排斥的态度，但是当我看到同组同学都在认真的测量，认真的实习的时候，我就被感染了，跟随他们一起加入到测量中，争着抢着操作仪器，把握每一个提高成长的机会。尽管天气十分炎热，但是通过大家的团结努力，我们还是十分顺利地完成了测量。多天的合作下来，每个同学的脸都亲切了许多。当所有工作做完的时候，大家一起回顾最初的苦，才发现其实并没有什么，坚持走过来了，成果拿出来了，大家的心里比什么都甜，通过实际的测量实习，让我学到了很多实实在在的东西，比如对实习仪器的操作更加熟练，学会了地形图的绘制和碎部的测量等课堂上无法做到的东西，很大程度上提高了动手和动脑的能力，同时也拓展了与同学的交际、合作的能力。一次测量实习要完整的做完，单单靠一个人的力量和构思是远远不够的，只有小组的合作和团结才能让实习快速而高效的完成。实践是大学生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。大学生成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一起，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新，并在实践中提高自己由知识、能力、智慧等因素融合成的综合素质和能力，为自己事业的成功打下良好的基础。

总之，这一周的土木工程测量实习收获是很大的。不仅在于我对专业的学习和仪器熟悉程度，同时在对自己做事的严谨、团队协作精神的培养也极大有促进作用。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”我会在今后求知的道路上继续努力，为做一个合格的土木人而努力!

**大学生寒假社会实践报告总结篇十九**

时光荏苒，转眼间为期四年的大学生涯就立刻结束了，随着大四学习任务的结束，学校的毕业实习，随着寒冷冬日的到来，接踵而至!在本科的教育工作中，毕业实习是一个重要的实践性教学环节，它对于提高和锻炼大学生的社会适应本事、工作本事都十分的重要。今日这个社会，用人单位都倾向于有必须工作经验的人才，以致能尽可能快的上岗工作。可是，在这个已经多元化全球化的社会，竞争是那样的激烈，一个只懂理论只会纸上谈兵的人显然是很难立足的，更不要说有好的个人发展前景了。所以为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触和交流，了解社会，增加自我的资本，以便以后毕业后快速融入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好的处理各种问题，我便必须得把自我置身于真正的工作环境当中去了，这不仅仅是为了完成学校的教学要求，更重要的是不要让自我成为一个书呆子，因为大学并不是一个只是完全求知的地方。

毕业实习和之前的专业实习并不一样，因为专业实习必须要做和自我所学专业相关的工作并且学校各分院都会预先为学生安排几个适宜的公司做选择，而这一次的实习却是自我把握，去什么样的公司工作是自我决定的，所以相对上一次的实习来讲，这一次的选择范围和灵活性都要大很多。

寒假还没到来之前，学校举办了很多场招聘会，虽然我是信管专业，可是由于自身的喜好，我已转向了会计方向。所以，适合我本身所学专业的招聘会我并没有参加，而是参加一些与会计相关的，其中让我印象最深刻的就是会计师事务所的招聘会，供给有审计员、税审员、评估员、咨询助理和咨询顾问等职位。

会计师事务所是由中国会计泰斗博士于19xx年在上海创立的，是中国最早建立、最有影响和最具规模的会计师事务所之一。经过多年的奋斗和努力，已经构筑了\"审计、评估、税务、管理咨询和工程造价、会计服务\"等全方位的服务体系，积累了最齐全的执业资质，包括美国pcaob资格认证和20xx年首家获取从事h股企业审计业务资质。在业务规模、执业质量、技术标准和社会形象等方面都取得了国内领先的地位，成为注册会计师行业中的领头羊。20xx年加盟bdo国际会计师事务所集团，成为全球第五大国际会计所的成员所，以实现民族优秀品牌\"\"的国际化战略。\"信以立志、信以守身、信以处事、信以待人\"是一贯坚守的准则，独立、公正、客观是一贯秉持的原则，坚守职业道德，重视执业质量，旨在发展成为最具有国际竞争力的中国民族品牌的事务所。

正是由于这样的品牌效应，我和我同学们都对它格外关注，想到能到这么大的一家事务所工作真是一件很体面的事情，所以，这家公司就成了我们几个志同道合同学找工作的中心。按照它的招聘流程，我们先是网上投递简历，公司对简历进行筛选之后邮件通知入试者并要求在规定的时间内下载打印好准考证以参加考试。由于我在学校已经考取了会计从业资格证和acca的前四门课程，所以对自我抱有很大的期望。经过一次次心跳加速的煎熬，最终我们几个都顺利的经过了面试进入招聘流程的实习阶段，职位是审计助理。

期末考试结束以后，收到通知让我们收拾好行李随时候命出差，因为从来都是听别人出差，也不明白出差到底是怎样一种感觉，会不会很辛苦，会不会很简便等一大串的问题就充斥着整个大脑，总的来说，出差对于我，犹如小孩穿新衣服一样新鲜和高兴，我像要出嫁的姑娘天天盼着那一天的到来。最终，公司给我了我们一个确切的时间，1月4号出差。那天早上，我和同学早早的起床收拾好去了公司，在行政办公室填好我们的个人资料以后，所长就带我们去了他办公室，然后便逐一的给我们分配各自要跟的带队教师。结果，我很幸运地被分去了我自我的家乡——开阳出差，我的同学一个去了水城，一个去了金沙，就这样，我们同行的三个人被拆散了。

实习的第一周就这样开始了，我们审计的是一家民爆经营公司和一家物资公司。由于我完全没有工作经验，于是同行的教师就让我先熟悉这两家公司的科目余额表，看看他们家的账目，然后就是帮忙她填一些简单的数据、翻阅凭证、复印收集资料等工作。在教师工作闲暇之时，她也教我一些审计的实质性工作资料，比如不一样的科目应当查的资料和方向、还有e申通的用法，甚至在excel的使用上都有教我。人家都说出来工作同事都不是那么热心肠，我运气好，遇到这位同校同专业的学姐教师，对我异常的照顾，有她在，我在实习的路上少走了很多弯路。虽然教师很细心，可是我发现自我懂的东西实在太少了，此刻才明白“书到用时方恨少”这句话啊!

实习生活在起早贪黑的忙碌中已过去了一周，这一周我们的战线上转移到了息烽。说到息烽，大家应当就会联想到温泉，集中营，辣子鸡等吃的玩的和红色旅游景点，可是工作太忙，这一切都只能与我无缘了。这次的被审计单位是赫赫有名的开磷集团，总共有好几家公司，所以这次的队伍明显庞大了好多，同行的一共七八人。可是我们并不是几家公司的审计工作同时开展，而是本着“擒贼先擒王”的原则先做产业最庞大的一家公司。在那里，我们住的是集团旗下物业公司的招待所，吃的是食堂，工作的地方就是公司财务所在的办公区。趣味的是，这三个地方都是紧挨着，并且还两两联通，所以我们活动的范围小之又小，但那里最大的优点就是吃饭异常节省时间，午休的时间就会比在其他家公司长。我在这家公司主要的工作就是做很多科目的凭证测试和资料复印，工作听起来虽然简单，但却十分繁琐，因为这家公司的凭证有好几百本并且足够厚，异常考验了我的耐性。

实习第三个周，也是放春节回来的第一周，由于假期给人的松懈，回来对工作有了抵触情绪，整个人完全不在状态，都是放假惹的祸啊。按照原先才行程，我和教师应当继续到开磷集团做其他家公司的审计工作，由于公司临时插入的新业务，教师被分去了遵义站，自然而然我也就去了。可是这一次的工作不是审计而是尽职调查，比审计程序简单。对于我来说这是件异常高兴的事情，因为我还没有去过这个地方，想着借此机会最终能够一睹它的芳容，谁知高兴太早了，根本没有时间去满足自我的好奇心。驱车到了遵义在在酒店放好行李，我们被带去了煤矿山上，一路的颠簸加摆渡才到了目的地，一下车就立刻开展工作查看这个煤矿的账目情景，还把所有的凭证和账簿给搬回了酒店。由于是手工账，我就得一笔一笔的录入我们所需要的数据，还得仔细检查以免出错，每一天都加班到深夜，很辛苦。工作虽然很累，可是发现自我确实学到了不少东西，至少锻炼了excel的实际操作本事，很有收获呀!

接下来的这周，带我的教师由于生病她留在了贵阳工作，我就和新来的实习生两个人去了息烽开磷集团。而在开磷那边，也没有一个带队的教师，陪同我们的仅有一个正式做审计助理职位的员工。教师根据我们每个人的本事给我们分配了难度适中的会计科目，我做了六个相对简单的科目，做完以后我就辅助另外两人做事，给她们复印资料，做凭证测试之类的工作，其实我的工作称不上有难度，只是量大繁琐而已。

这次的实习周记只需要写四个周，可是我的感想和体会远远不是这四个周能表达得穷尽的。可是总结下来就是，我学到了很多东西，大致了解了审计程序。

千里之行，始于足下”，这两个月短暂而又充实的实践，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，对将来走上工作岗位也有着很大帮忙。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人礼貌交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这次实践也让我深刻了解到，在工作中和同事坚持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自我这样一个即将步入社会的人来说，需

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找